# సాక్షి రంగారెడ్డి

సోమవారం । 16 । సెప్టెంబర్ । 2024






**అధిక బరువు..**

అధిక బరువుతో లక్షలాది మంది ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. బరువు కారణంగా సమస్యలతో సతమతమవుతున్నారు. 8లో▸



**యోగాతో ఆరోగ్యం**

యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం సాధ్యమని ఒలింపిక్ అసోసియేషన్ ప్రధాన కార్యదర్శి జగదీశ్వర్‌యాదవ్ అన్నారు. 8లో▸



**అనుభవాల నుంచి పాఠాలు!**

గణేశ్ సామూహిక నిమజ్జనం సందర్భంగా తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై పోలీసు అధికారులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. 8లో▸

## న్యూస్‌రీల్

### బాలాపూర్ నిమజ్జనానికి పటిష్ట బందోబస్తు

**మహేశ్వరం ఏసీపీ లక్ష్మీకాంతరెడ్డి**



పహాడీషరీఫ్: బాలాపూర్ గణేష్ నిమజ్జనోత్సవానికి గట్టి బందోబస్తు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని మహేశ్వరం డివిజన్ ఏసీపీ పి.లక్ష్మీకాంతరెడ్డి అన్నారు. ఆదివారం ఆయన సాక్షితో మాట్లాడుతూ.. ప్రసిద్ధిగాంచిన బాలాపూర్ గణనాథుడి వద్ద పది రోజుల నుంచి భక్తుల కోసం క్యూలైన్లు ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు పార్కింగ్, చెకింగ్ పాయింట్లు ఏర్పాటు చేశామన్నారు. షిఫ్ట్‌కు 50 మంది సిబ్బంది చొప్పున బందోబస్తు కొనసాగుతుందని తెలిపారు. బాంబు, డాగ్ స్క్వాడ్ బృందాలు ఎప్పటికప్పుడు సోదాలు చేస్తున్నారన్నారు. లడ్డూ వేలం, నిమజ్జన కార్యక్రమంలో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలకు తావులేకుండా రాచకొండ సీపీ సుధీర్ బాబు, మహేశ్వరం డీసీపీ సునీతారెడ్డి పర్యవేక్షణలో 250 మంది వివిధ ర్యాంక్‌ల పోలీస్ అధికారులతో బందోబస్తును ఏర్పాటు చేస్తున్నామని తెలిపారు. నిమజ్జన రూట్‌లో రోడ్లకు మరమ్మతులు, చెట్ల కొమ్మల తొలగింపు, విద్యుత్‌తీగలు వేలాడకుండా చర్యలు చేపట్టామన్నారు. మహేశ్వరం డివిజన్ పరిధిలోని కందుకూరు, మహేశ్వరం, పహాడీషరీఫ్, బాలాపూర్ నాలుగు ఠాణాల పరిధిలో ఏర్పాటు చేసిన గణనాథులలో 500కు పైగా విగ్రహాలు మంగళవారం నిమజ్జనం కానున్నాయన్నారు. ట్యాంక్‌బండ్‌తో పాటు జల్‌పల్లి, బాలాపూర్ పెద్ద చెరువు, సుద్దమోని కుంట, కేసీతండా చెరువుతో పాటు గ్రామాలలో స్థానికంగా ఉన్న కుంటలలో నిమజ్జన ప్రక్రియ కొనసాగుతుందని చెప్పారు. నిమజ్జనం రోజున మండపాల నిర్వాహకులు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలను ఇప్పటికే స్టేషన్ల వారీగా వివరించామన్నారు.

### గణపతి లడ్డూ అధరహో



రాఘవేందర్‌గౌడ్‌కు లడ్డూ అందజేస్తున్న మండప నిర్వాహకులు

షాద్‌నగర్‌రూరల్: మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని చటాన్‌పల్లి హనుమాన్ ఆలయం వద్ద ఏర్పాటు చేసిన గణపతి నిమజ్జనోత్సవాన్ని ఆదివారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గణనాథుడి లడ్డూ వేలం వేయగా.. యువ నాయకుడు ఆలోనిపల్లి రాఘవేందర్‌గౌడ్ రూ.2.50లక్షలకు కైవసం చేసుకున్నాడు. ఈ సందర్భంగా మండప నిర్వాహకులు రాఘవేందర్‌గౌడ్‌ను సన్మానించి గణనాథుడి లడ్డూ అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాధవరెడ్డి, కృష్ణారెడ్డి, ఆంజనేయులు, శేఖర్‌రెడ్డి, శ్రీశైలం, మల్లేష్, సాయి, బన్నీ, గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

### విమోచనం అనడం విచారకరం

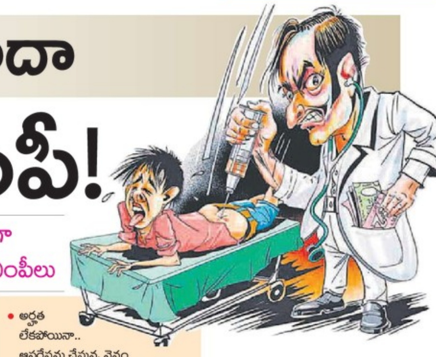
**సీపీఐ జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యుడు జంగయ్య**



మాట్లాడుతున్న జంగయ్య

కొందుర్గు: తెలంగాణ సాయుధ పోరాటంలో ఎందరో ప్రాణత్యాగాలకు పాల్పడ్డారని.. ఇలాంటి రోజు బీజేపీ ప్రభుత్వం తెలంగాణ విమోచన దినం అనడం విచారకరమని సీపీఐ జిల్లా కార్యవర్గసభ్యుడు బుద్దుల జంగయ్య ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఆదివారం మండల పరిధిలోని రాంచంద్రాపూర్‌లో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. సెప్టెంబర్ 17న తెలంగాణ విలీనదినంగా ప్రకటించి అధికారికంగా ఉత్సవాలు నిర్వహించాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. భూమికోసం, భుక్తికోసం, వెట్టిచాకిరి విముక్తి కోసం, దున్నేవాడికే భూమి దక్కాలని రావి నారాయణరెడ్డి, ఎల్లారెడ్డి, మోహినుద్దీన్ నాయకత్వంలో పెద్ద ఎత్తున జరిగిన రైతాంగ సాయుధ పోరాటంలో ఎర్ర జెండాలు పట్టి లక్షలాది ఎకరాల భూమిని సాగుచేశారని గుర్తు చేశారు. వారి పోరాట ఫలితంగానే పేదలకు అసైన్డ్ భూములు పంపిణీ చేశారని వివరించారు. తెలంగాణ నవాబు తొత్తులైన జాగిరుదారులు, జమీందారులు ఎందరో రైతులను పొట్టన పెట్టుకున్నారన్నారు. చాకలి ఐలమ్మ, దొడ్డి కొమురయ్య, షేక్ బందగి లాంటి ఎందరో మహనీయులు వెనుకడుగు వేయకుంటా ప్రాణత్యాగాలు చేశారన్నారు. తెలంగాణ వచ్చిన పదేళ్ల బీఆర్ఎస్ పాలనలో తెలంగాణ విలీనదినోత్సవం నిర్వహించలేదు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వమైనా అధికారికంగా నిర్వహించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ సమావేశంలో సీపీఐ మండల కార్యదర్శులు నర్సింహ, వెంకటేశ్, నాయకులు బాల్‌రాజ్, సురేష్, యామిని, బాలకృష్ణయ్య, కృష్ణ, వెంకటయ్య, పెంటయ్య, కిష్టయ్య, రామచంద్రయ్య, జంగయ్య పాల్గొన్నారు.

# శంకర్‌దాదా ఆర్‌ఎంపీ!



## ఎంబీబీఎస్ వైద్యులుగా చలామణి అవుతున్న ఆర్‌ఎంపీలు

ప్రైవేట్ ఆస్పత్రుల్లో పనిచేస్తున్న కొందరు.. క్లినిక్‌లు ఏర్పాటు చేసి ఎంబీబీఎస్ వైద్యులుగా చలామని అవుతున్నారు. ఫస్ట్ ఎయిడ్ చేయాల్సిన వీరు అడ్డగోలు వైద్యం చేసి అందినకాడికి దండుకుంటున్నారు. కొంతమంది శంకర్‌దాదాలు ఆపరేషన్లు సైతం చేసి ప్రాణాలతో చెలగాటమాడుతున్నారు. అనుకోని ఘటనలు వెలుగు చూసినప్పుడు అధికారులు హడావుడి చేసి ఆతర్వాత మిన్నకుండిపోతున్నారు.

- అర్హత లేకపోయినా.. ఆపరేషన్లు చేస్తున్న వైనం
- ప్రజల ప్రాణాలతో చలగాటమాడుతున్న నకిలీలు
- టాస్క్‌ఫోర్స్, తెలంగాణ వైద్య మండలి తనిఖీలు

సాక్షి, రంగారెడ్డి జిల్లా: ఓ గైనిక్ వైద్యురాలి వద్ద నర్సుగా పని చేస్తున్న నగరి శిరీష ఎంబీబీఎస్ వైద్యురాలిగా చలామణి అయింది. ఇబ్రహీంపట్నంలోని ఓ ఆస్పత్రిలో గుట్టుగా చికిత్సలు చేస్తూ ఇటీవల ఎస్ఓటీ పోలీసులకు చిక్కింది. ఉప్పల్‌కు చెందిన ఆర్‌ఎంపీ భిక్షపతి.. అదే ప్రాంతంలో మణికంఠ పాలీక్లినిక్‌ను ఏర్పాటు చేసి ఎంబీబీఎస్ డాక్టర్‌గా చలామణి అవుతూ టాస్క్‌ఫోర్స్ పోలీసులకు దొరికాడు. తిరుమలానగర్‌లో నకిలీ వైద్యుడిగా చలామణి అవుతున్న రాజ్‌కుమార్‌ను ఇటీవల అంబర్‌పేట టాస్క్‌ఫోర్స్ పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. డి ఫార్మసి పూర్తిన సాయివర్ధన్‌రెడ్డి ఏకంగా ఓ మల్టీస్పెషాలిటీ ఆస్పత్రిలో ఎంబీబీఎస్ డాక్టర్‌గా చలామణి అవుతూ ఎస్ఓటీ పోలీసులకు చిక్కాడు. తాజాగా తెలంగాణ వైద్య మండలి చైర్మన్ డాక్టర్ కె.మహేష్ కుమార్, వైస్ చైర్మన్ డాక్టర్ శ్రీనివాసులతో కూడిన బృందం జిల్లాలోని ఎల్బీనగర్, ముసారాంబాగ్, గుర్రంగూడ, వనస్థలిపురం, హయత్‌నగర్‌లలోని 20 మందికిపైగా నకిలీ వైద్యులను గుర్తించింది. వీరి నుంచి హైడోసు యాంటి బయాటిక్స్, స్టెరాయిడ్స్, నార్కోటిక్ ఇంజక్షన్లు, అబార్షన్ కిట్లు స్వాధీనం చేసుకుని వారిపై కేసుల నమోదుకు సిఫార్సు చేసింది. జిల్లాలో అనేక మంది నకిలీలు ఎంబీబీఎస్ వైద్యులుగా చలామణి అవుతున్నారు. వచ్చి రాని వైద్యంతో ప్రజల ప్రాణాలతో చలగాటమాడుతున్నారు. ఎప్పటికప్పుడు ఆయా క్లినిక్‌లలో తనిఖీలు నిర్వహించాల్సిన జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ తమకేమీ పట్టనట్లుగా వ్యవహరిస్తుండడంపై సర్వత్రా విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి.

### గుట్టుగా అబార్షన్లు.. సున్తీలు

జిల్లాలో నకిలీ వైద్యులు హల్‌చల్ చేస్తున్నారు. టెన్త్, ఇంటర్ ఫెయిలైన వారు ప్రైవేట్ ఆస్పత్రుల్లో వార్డు బాయ్‌లుగా చేరి.. ఆ తర్వాత ఆర్‌ఎంపీ, పీఎంపీ వైద్యుడిగా అవతారం ఎత్తుతున్నారు. మరికొంత మందైతే ఏకంగా ఎంబీబీఎస్ డాక్టర్లుగా చలామణి అవుతున్నారు. ప్రాథమిక చికిత్సలకే పరిమితం కావాల్సిన వీరు ఏకంగా అబార్షన్లు, సున్తీలు చేస్తున్నారు. పేదలు, నిరక్షరాస్యులు ఎక్కువగా నివసించే మారుమూల ప్రాంతాలు, బస్తీలే వీరి టార్గెట్. నందనవనం, బీఎన్‌రెడ్డి, తుర్కయంజాల్, ఇబ్రహీంపట్నం, సరూర్‌నగర్, మీర్‌పేట్, నాదర్‌గుల్, శంషాబాద్, జల్‌పల్లి, బాలాపూర్, షాద్‌నగర్, కొందుర్గు, ఆమనగల్, మాడ్గుల, మంచాల, యాచారం, తలకొండపల్లి, చేవెళ్ల, షాబాద్, మొయినాబాద్, శంకర్‌పల్లి, తదితర ప్రాంతాల్లో ఈ నకిలీల బెడద తీవ్రమైంది. డయాగ్నోస్టిక్ సెంటర్లు, మెడికల్ షాపులు మాటున ఈ దందా కొనసాగిస్తున్నారు. సాధారణ జ్వరం, నొప్పులతో బాధపడుతున్న వారికి హైడోస్ యాంటీబయాటిక్, పెయిన్ కిల్లర్ ఇంజెక్షన్లు ఇస్తున్నారు. హస్తవాసి ఉన్న వైద్యులుగా చలామణి అవుతున్నారు. వీరిచ్చే ఈ హైడోస్ మందులు వల్ల తాత్కాలికంగా నొప్పి నుంచి విముక్తి లభించినప్పటికీ.. భవిష్యత్తులో కిడ్నీల పనితీరుపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది.

### ఆయుర్వేదం నుంచి అల్లోపతికి

మరికొంత మందైతే ఏకంగా డీమ్డ్ యూనివర్సిటీల నుంచి డాక్టర్ సర్టిఫికెట్లు పొందినట్లు చూపుతున్నారు. తీరా అధికారుల తనిఖీల్లో నకిలీ సర్టిఫికెట్లుగా తేలుతుండడం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. ఇదిలా ఉంటే ఆయుర్వేద, యునానీ, హోమియోపతి కోర్సులు పూర్తి చేసిన వారికి సరైన ప్రాక్టీస్ లేదు. దీంతో వీరు అల్లోపతి వైద్యులుగా అవతారం ఎత్తుతున్నారు. ఈ వైద్యుల బలహీనతను బస్తీల్లో వెలిసిన క్లినిక్‌లు, బడా కార్పొరేట్ ఆస్పత్రులు సైతం అవకాశంగా మలుచుకుంటున్నాయి. అల్లోపతి వైద్యులతో పోలిస్తే.. వీరి వేతనాలు చాలా తక్కువ. దీంతో వారిని డ్యూటీ డాక్టర్లుగా నియమించుకుంటున్నారు. వీరు కేవలం నైట్ డ్యూటీల్లోనే ఉంటారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ఆస్పత్రికి వచ్చిన రోగి చెప్పిన విషయాలన్నీ రాసుకుని, క్రాస్ ప్రాక్టీస్‌కు పాల్పడుతున్నారు. వీరిపై చీటింగ్ సహా డ్రగ్ అండ్ కాస్మొటిక్ యాక్ట్(1940) సెక్షన్ 27 సహా ఇండియన్ మెడికల్ కౌన్సిల్ యాక్ట్ 1956 సెక్షన్ 15, 16ల కింద కేసులు నమోదు చేసే అవకాశం ఉన్నా జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ పట్టించుకోవడం లేదనే విమర్శలున్నాయి. ప్రజల ఆరోగ్యానికి భద్రత కల్పించాల్సిన ఆయా శాఖల అధికారులు.. అప్పుడప్పుడు తనిఖీల పేరుతో హడావుడి చేసి, ఆ తర్వాత వారి నుంచి పెద్ద మొత్తంలో వసూళ్లకు పాల్పడుతున్నట్లు ఆరోపణలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి.

# ఫ్రూట్ మార్కెట్‌పై నజర్

- పాలక మండలి ఏర్పాటుకు ప్రభుత్వం పచ్చజెండా
- గడ్డి అన్నారం మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్‌గా మధుసూదన్‌రెడ్డి?



పండ్ల మార్కెట్ కార్యాలయం

ఇబ్రహీంపట్నం రూరల్: ఆసియా ఖండంలోనే అతిపెద్ద పండ్ల మార్కెట్‌గా పేరుగాంచిన గడ్డిఅన్నారం మార్కెట్ కమిటీ పాలకవర్గ ఏర్పాటుకు ప్రభుత్వం పచ్చజెండా ఊపింది. గతంలో కొత్తపేటలో కొనసాగిన ఈ ఫ్రూట్ మార్కెట్‌ను అప్పటి బీఆర్ఎస్ సర్కార్ బాటసింగారం గ్రామానికి తరలించింది. మార్కెట్ నిర్మాణానికి కొహెడలో 199 ఎకరాల భూమి కేటాయించి రూ.450 కోట్లతో ప్రాజెక్టు నిర్మాణానికి అంచనాలు వేశారు. గత ప్రభుత్వం రూ.320 కోట్ల రుణం తీసుకుని ఖాతాలో జమ చేసింది. ఈ మార్కెట్ ప్రతీ ఏడాది రూ.1,600 కోట్ల టర్నోవర్‌తో కొనసాగుతోంది. ఇంతటి ప్రాముఖ్యత ఉన్న మార్కెట్‌కు నూతన పాలకమండలి నియామకం కోసం అధికారులు ఇప్పటికే కసరత్తు ప్రారంభించారు.

**ఐదు అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల పరిధిలో..**

ఇబ్రహీంపట్నం నియోజకవర్గంలో ఏర్పాటు చేసిన బాటసింగారం పండ్ల మార్కెట్ చైర్మన్ నియామకానికి స్థానిక ఎమ్మెల్యేల నుంచి సిఫారసులు తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ మార్కెట్ పరిధిలో ఇబ్రహీంపట్నం, మహేశ్వరం, ఎల్‌బీనగర్, ఉప్పల్, మేడ్చల్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల్లోని ఉప్పల్, సరూర్‌నగర్, బాలాపూర్, అబ్దుల్లాపూర్‌మెట్ మండలాలు ఉంటాయి. 18 మంది డైరెక్టర్లు ఈ పాలకవర్గంలో ఉండనున్నారు.

**కార్పొరేషన్ చైర్మన్ కోసం**

అసెంబ్లీ ఎన్నికల సమయంలో చిలుక మధుసూదన్‌రెడ్డి ఎమ్మెల్యే మల్‌రెడ్డి రంగారెడ్డి గెలుపునకు నియోజకవర్గంలో అన్నీ తానై వ్యవహరించారు. ఈ మేరకు ఆయనకు రాష్ట్ర కార్పొరేషన్ చైర్మన్ పదవి కట్టబెట్టేందుకు ఎమ్మెల్యే యత్నిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి మాత్రం మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్‌కు పోటీ అవసరం లేదని మధుసూదన్‌రెడ్డికే ఇవ్వాలని సూచించినట్లు హస్తం వర్గాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. పాలకమండలి ఏర్పాటు వరకు వేచి చూస్తేనే ఎవరు చైర్మన్‌గిరి చేస్తారనేది తేలనుంది.

**పాలకవర్గం ఇలా..**

| | |
|---|---|
| రాజకీయ పార్టీల నుంచి | 12 మంది |
| ట్రేడర్స్ నుంచి | ఇద్దరు |
| ఎక్స్ అఫీషియో సభ్యులు | నలుగురు |
| మొత్తం | 18 మంది |

### ‘చిలుక’కే ఓకే..?



మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ పేరు ఖరారయిందని.. ఐదు నియోజకవర్గాల నుంచి డైరెక్టర్ల పేర్లను సైతం తీసుకున్నట్లు సమాచారం. చైర్మన్‌గా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డికి అత్యంత సన్నిహితుడిగా పేరున్న ఇబ్రహీంపట్నం నియోజకవర్గం అనాజీపూర్ గ్రామానికి చెందిన చిలుక మధుసూదన్‌రెడ్డి పేరు ఖరారయిందని పార్టీ వర్గాల్లో చర్చలు సాగుతున్నాయి. టీడీపీ నుంచి నేటి కాంగ్రెస్ వరకు చిలుక రేవంత్‌రెడ్డి వెన్నంటే ఉన్నారు. ఇబ్రహీంపట్నం ఎమ్మెల్యే మల్‌రెడ్డి రంగారెడ్డి, ఆయన సోదరుడు రోడ్డు డెవలప్‌మెంట్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ మల్‌రెడ్డి రాంరెడ్డి వారి సన్నిహితుడు పసుమాముల గ్రామానికి చెందిన కొత్తపల్లి జైపాల్‌రెడ్డికి ఇప్పించేందుకు మంతనాలు జరిపారనే చర్చలు కొనసాగుతున్నాయి. దర్పెల్లి రాజశేఖర్‌రెడ్డి, మేడ్చల్ మాజీ ఎమ్మెల్యే సుధీర్‌రెడ్డి కుమారుడు శరత్‌చంద్రారెడ్డి సైతం పోటీలో ఉన్నారు. సెకండ్ కేడర్‌కు అవకాశం ఇవ్వాలనే ఉద్దేశంతో సీఎం చిలుక మధుసూదన్ పేరు ఫైనల్ చేశారంటూ పార్టీ వర్గాలు చర్చించుకుంటున్నాయి. గతంలో రాగన్నగూడకు చెందిన ముత్యంరెడ్డి వైస్ చైర్మన్‌గా ఉండగా.. అప్పటి చైర్మన్ రాంనర్సింహాగౌడ్‌పై అవినీతి ఆరోపణలు వచ్చాయి. దీంతో ముత్యంరెడ్డి ఇన్‌చార్జి చైర్మన్‌గా పనిచేశారు. మధుసూదన్‌రెడ్డికి అవకాశం ఇస్తే కొహెడ పండ్ల మార్కెట్ తొలి చైర్మన్‌గా రికార్డుకెక్కనున్నారు.

### పీసీసీ అధ్యక్షుడికి సన్మానం



సాక్షి, రంగారెడ్డి జిల్లా: ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి, పీసీసీ అధ్యక్షుడిగా ప్రమాణ స్వీకారం చేసిన మహేశ్‌గౌడ్‌ను గజమాలతో సన్మానిస్తున్న టీయూఎఫ్ఐడీసీ చైర్మన్ చల్లా నర్సింహారెడ్డి

# కీలక ఘట్టానికి వేళాయే

- నిమజ్జనం నేపథ్యంలో రేపు ట్రాఫిక్ ఆంక్షలు
- ఉత్తర్వులు జారీ చేసిన కొత్వాల్ ఆనంద్

సాక్షి, సిటీబ్యూరో: గణేష్ ఉత్సవాల్లో కీలక ఘట్టమైన సామూహిక నిమజ్జనం మంగళవారం హుస్సేన్‌సాగర్‌లో జరగనుంది. ఈ నేపథ్యంలో భారీ ఊరేగింపులు సైతం ఉంటాయి. వీటి కారణంగా నగర శివార్లతో పాటు సిటీ వ్యాప్తంగా అనేక ప్రాంతాల్లో ట్రాఫిక్ ఆంక్షలు, మళ్లింపులు విధిస్తూ నగర పోలీసు కమిషనర్ సీవీ ఆనంద్ ఆదివారం ఆదేశాలు జారీ చేశారు. మొత్తం 66 ప్రాంతాల్లో ట్రాఫిక్‌ను మళ్లించడమో, పూర్తిగా ఆపేయడమో చేస్తారు. మంగళవారం ఉదయం 6 గంటల నుంచి బుధవారం నిమజ్జనం ముగిసే వరకు ఇవి అమలులో ఉంటాయి.

**ప్రధాన ఊరేగింపు మార్గం:** కేశవగిరి–నాగుల్‌చింత–ఫలక్‌నుమా–చార్మినార్–మదీనా–అఫ్జల్‌గంజ్–ఎంజేమార్కెట్–అబిడ్స్–బషీర్‌బాగ్–లిబర్టీ–అప్పర్ ట్యాంక్/ఎన్టీఆర్ మార్గ్‌ల్లో నిమజ్జనం జరుగుతుంది.

**సికింద్రాబాద్ వైపు నుంచి వచ్చేది:** ఆర్పీ రోడ్–ఎంజీ రోడ్–కర్బలా మైదాన్–ముషీరాబాద్ చౌరస్తా–ఆర్టీసీ క్రాస్‌రోడ్స్– నారాయణగూడ ‘ఎక్స్’ రోడ్–హిమాయత్‌నగర్ ‘వై’ జంక్షన్ ద్వారా వచ్చి లిబర్టీ వద్ద ప్రధాన ఊరేగింపులో చేరుతుంది.

**ఈస్ట్‌జోన్ నుంచి వచ్చేది:** ఉప్పల్–రామంతాపూర్–అంబర్‌పేట్–ఓయూ ఎన్‌సీసీ–డీడీ హాస్పిటల్ మీదుగా ప్రయాణించి ఆర్టీసీ క్రాస్‌రోడ్స్ వద్ద సికింద్రాబాద్ రూట్‌లో కలుస్తుంది.

- వెస్ట్ జోన్ వైపు నుంచి వచ్చే ఊరేగింపు ఎంజే మార్కెట్ లేదా సెక్రటేరియేట్ వద్ద ప్రధాన ఊరేగింపుతో కలుస్తాయి.
- ఊరేగింపు మార్గాల్లో చిన్న వాహనాలకు అనుమతి ఉండదు. ఈ మార్గానికి అటు ఇటు ప్రాంతాల్లో ఉన్నవారు ప్రయాణించడానికి కేవలం బషీర్‌బాగ్ చౌరస్తా వద్ద మాత్రమే అవకాశం.
- వాహనచోదకులు సాధ్యమైనంత వరకు ఔటర్ రింగ్‌రోడ్, బేగంపేట్ మార్గాలను ఎంపిక చేసుకోవాలని పోలీసులు సూచిస్తున్నారు.

**ట్రాఫిక్ డైవర్షన్ పాయింట్స్**

- **సౌత్ జోన్:** కేశవగిరి, మహబూబ్‌నగర్ ఎక్స్ రోడ్స్, ఇంజన్ బౌలి, నాగుల్‌చింత, హిమ్మత్‌పురా, హరిబౌలి, ఆస్రా హాస్పిటల్, మొఘల్‌పురా, లక్కడ్ కోటి, మదీనా చౌరస్తా, ఎంజే బ్రిడ్జి, దారుల్‌షిఫా చౌరస్తా, సిటీ కాలేజీ.
- **ఈస్ట్ జోన్:** చంచల్‌గూడ జైల్ చౌరస్తా, ముసారాంబాగ్, చాదర్‌ఘాట్ బ్రిడ్జ్, సాలార్జంగ్ బ్రిడ్జి, అఫ్జల్‌గంజ్, పుత్లిబౌలి చౌరస్తా, ట్రూప్‌బజార్, జాంబాగ్ చౌరస్తా, కోఠి ఆంధ్రాబ్యాంక్.
- **వెస్ట్ జోన్:** టోపీఖానా మాస్క్, అలాస్కా హోటల్ చౌరస్తా, ఉస్మాన్ జంగ్, శంకర్‌బాగ్, శీనా హోటల్, అజంతాగేట్, ఆబ్కారీ లైన్, తాజ్ ఐలాండ్, బర్తన్ బజార్, ఏఆర్ పెట్రోల్ పంప్
- **సెంట్రల్ జోన్:** ఛాపెల్ రోడ్ ఎంట్రీ, జీపీఓ దగ్గరి గద్వాల్ సెంటర్, శాలిమార్ థియేటర్, గన్ ఫౌండ్రీ, స్కైలైన్ రోడ్ ఎంట్రీ, హిమాయత్ నగర్ ‘వై’ జంక్షన్, దోమల్‌గూడలోని భారత్ స్కౌట్స్ అండ్ గైడ్స్ చౌరస్తా, కంట్రోల్‌రూమ్ దగ్గరి కళాంజలి, లిబర్టీ చౌరస్తా, ఎంసీహెచ్ ఆఫీస్ ‘వై’ జంక్షన్, బీఆర్‌కే భవన్, ఇక్బాల్ మీనార్, రవీంద్రభారతి, ద్వారకా హోటల్ చౌరస్తా, వీవీ స్టాచ్యూ చౌరస్తా, చిల్డ్రన్స్ పార్క్, వైస్రాయ్ హోటల్ చౌరస్తా, కవాడీగూడ జంక్షన్, కట్టమైసమ్మ టెంపుల్, ఇందిరాపార్క్

# మీ అభ్యంతరం ఏంటి?

- పరిహారం ఎందుకు స్వీకరించలేదు
- ఈనెల 27న వివరణ ఇవ్వాలని 72 మంది రైతులకు కోర్టు నోటీసులు
- ‘పట్నం’ పల్లెల్లో మళ్లీ ఫార్మా అలజడి



హైకోర్టు నుంచి వచ్చిన నోటీసులను చూపుతూ నిరసన వ్యక్తం చేస్తున్న రైతులు

యాచారం: అథారిటీలో జమ చేసిన పరిహారం డబ్బులను ఎందుకు తీసుకోవడం లేదు.. మీ అభ్యంతరం ఏంటో చెప్పాలని రాష్ట్ర హైకోర్టు రైతుల నుంచి వివరణ తీసుకోనుంది. ఈ మేరకు రాష్ట్ర హైకోర్టు నుంచి నక్కర్తమేడిపల్లి గ్రామంలోని 72 మంది రైతులకు ఆదివారం వ్యక్తిగత నోటీసులు వచ్చాయి. ఈ నెల 27న వ్యక్తిగతంగాగానీ.. న్యాయవాదితో కలిసి హైకోర్టు భవనంలోని రిజిస్ట్రార్ కార్యాలయంలో అసిస్టెంట్ రిజిస్ట్రార్ ముందు హాజరై వివరణ తెలపాలని నోటీసులో పేర్కొంది.

**పట్టా భూముల సేకరణతో వ్యతిరేకత**

గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం ఫార్మాసిటీ ఏర్పాటుకు యాచారం, కందుకూరు, కడ్తాల్ మండలాల్లో 19,333 ఎకరాల అసైన్డ్, పట్టా భూములను తీసుకోవాలని నిర్ణయించిన విషయం విదితమే. ఇందులో భాగంగా యాచారం మండల పరిధిలోని నక్కర్తమేడిపల్లి, నానక్‌నగర్, కుర్మిద్ద, తాడిపర్తి గ్రామాల్లో 9,851 ఎకరాల అసైన్డ్, పట్టా భూములను తీసుకోవడానికి టీజీఐఐసీ, రెవెన్యూ అధికారులు నిర్ణయించారు. ఇప్పటికే 7,640 ఎకరాల అసైన్డ్, పట్టా భూమిని సేకరించారు. అసైన్డ్ భూమి సేకరణలో పెద్దగా అభ్యంతరం పెట్టకున్నా.. పట్టా భూముల సేకరణ విషయంలో రైతుల నుంచి తీవ్ర వ్యతిరేకత మొదలైంది. ఏటా మూడు పంటలు పండే సారవంతమైన పట్టా భూములను ఫార్మాకు ఇవ్వమని రైతులు తేల్చి చెప్పారు. అప్పట్లో అధికారులు రైతుల నచ్చజెప్పినా వినకుండా అసలే ఫార్మానే వద్దు అనేలా ఉద్యమించారు. అధికారులు భూసేకరణకు వేధిస్తున్నారని రైతులు కోర్టును ఆశ్రయించడంతో అసలు సమస్య మొదలైంది.

**ఆందోళనలను పట్టించుకోని అధికార యంత్రాంగం**

పట్టా భూముల సేకరణకు రైతులు ససేమీరా అనడంతో తమకున్న అధికారంతో రాత్రికి రాత్రే వేయి మందికి పైగా రైతుల నుంచి 2,211 ఎకరాల పట్టా భూములను టీజీఐఐసీ పేరిట మార్చేశారు. ఇందుకు ఎకరాకు రూ.16లక్షల చొప్పున పరిహారం తీసుకోవాలన్నారు. దీంతో మరింత ఆగ్రహించిన రైతులు న్యాయస్థానాలను ఆశ్రయించారు. తమ అనుమతులు లేకుండా టీజీఐఐసీ పేరిట మార్చిన పట్టా భూముల రికార్డులను రైతుల పేరిట మార్చాలంటూ సీసీఎల్ఏ, కలెక్టర్, ఇబ్రహీంపట్నం ఆర్డీఓ, యాచారం తహసీల్దార్ కార్యాలయాల ఎదుట ధర్నాలు, ఆందోళనలు చేపట్టారు. ఇది పట్టించుకోని అధికార యంత్రాంగం పట్టా భూములను సేకరించినట్లే.. మీరు అథారిటీలో జమ చేసిన డబ్బులను తీసుకోవాల్సిందేనని కోరింది.

**రైతులు మళ్లీ హైకోర్టుకు**

ప్రతిపక్షంలో ఉన్నప్పుడు కాంగ్రెస్ ఫార్మాసిటీకి వ్యతిరేకంగా రైతుల పక్షాన పోరాటం చేసింది. అధికారంలోకి వస్తే ఫార్మాను రద్దు చేస్తామని హామీ ఇచ్చింది. తదనంతరం అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ ఓ మారు ఫార్మాను రద్దు చేస్తామని.. మరో మారు ఫార్మాసిటీ ఉంటుంది అని ప్రకటించింది. తాజాగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి ఫార్మాసిటీకి సేకరించిన భూముల్లో ఫ్యూచర్‌సిటీని నిర్మిస్తామని ప్రకటించారు. బేగరికంచెలో స్కిల్ యూనివర్సిటీకి ఏర్పాటుకు భూమి పూజ సైతం చేశారు. కాంగ్రెస్ సర్కార్ ఫార్మాసిటీని రద్దు చేసింది లేనిది స్పష్టత ఇవ్వాలని రైతులు మళ్లీ హైకోర్టును ఆశ్రయించారు. దీంతో హైకోర్టు ప్రభుత్వాన్ని వివరణ కోరింది. ఈ నెల 20న రాష్ట్ర ప్రభుత్వం హైకోర్టుకు ఏం చెబుతుందనేది తెలిసిపోతుంది. ఈ లోపే రైతుల వివరణ ఇవ్వాలని నోటీసులు జారీ చేయడంతో రైతులు ఆందోళన చెందుతున్నారు.



హైకోర్టు నుంచి వచ్చిన నోటీస్

### ఇది అన్యాయం



కాంగ్రెస్ సర్కార్ రైతులకు అన్యాయం చేస్తోంది. నక్కర్తమేడిపల్లిలోని పలు సర్వే నంబర్లలో ఎనిమిది ఎకరాల పట్టా భూమి తీసుకోవాలని చూస్తుంది. ఏడాదికి మూడు పంటలు పండే సారవంతమైన భూములను తీసుకుంటే ఎలా బతకాలి. వ్యవసాయం చేస్తే రైతులతో పాటు కూలీలు, కుల వృత్తిదారులు జీవనోపాధి పొందుతారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వస్తే ఫార్మాసిటీ రద్దు చేస్తామని ప్రకటించింది. ఇప్పుడు నోటీసులు ఇస్తున్నారు. బీఆర్ఎస్ సర్కార్‌కు, కాంగ్రెస్ సర్కార్‌కు తేడా లేదు.

– పాపిరెడ్డి, రైతు, నక్కర్తమేడిపల్లి

### రైతుల మేలుకే..



గత బీఆర్ఎస్ సర్కార్ హయాంలో పట్టా భూములకు సంబంధించి అథారిటీలో జమ చేసిన పరిహారం డబ్బుల విషయమై ఉంటుంది. నాకు రైతులు చెబితేనే విషయం తెలిసింది. భూసేకరణ విషయంలో నిబంధనల ప్రకారమే వ్యవహరిస్తాం. పరిహారం చెల్లింపు విషయంలో రైతులకు మేలు చేసేలా సర్కార్ కృషి చేస్తోంది. రైతుకు అన్యాయం చేసే ఆలోచన లేదు.

– అనంతరెడ్డి, ఆర్డీఓ, ఇబ్రహీంపట్నం

# యోగాతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం



చిన్నారుల యోగాసనాలు





హుడాకాంప్లెక్స్: యోగాతో ఆరోగ్యకరమైన జీవితాన్ని పొందవచ్చని తెలంగాణ ఒలింపిక్ అసోసియేషన్ ప్రధాన కార్యదర్శి కె.జగదీశ్వర్‌యాదవ్ పేర్కొన్నారు. ఆదివారం సరూర్‌నగర్ ఇండోర్ స్టేడియంలో 11వ ఇంటర్ డిస్ట్రిక్ట్ యోగాసనా స్పోర్ట్స్ చాంపియన్‌షిప్–2024, తెలంగాణ యోగా అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమానికి ఆయన ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా జగదీశ్వర్‌యాదవ్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులకు చిన్ననాటి నుంచే యోగాపై మెళకువలు, అవగాహన నేర్పించాలన్నారు. ఒత్తిడి ప్రపంచంలో ప్రతి ఒక్కరికి యోగా ఎంతో ముఖ్యమన్నారు. అనంతరం ప్రతిభ కనబరిచిన విద్యార్థులను అభినందించారు. కార్యక్రమంలో ఏసీపీ సారంగపాణి, స్పోర్ట్స్ అథారిటీ ఆఫ్ తెలంగాణ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ చంద్రారెడ్డి, డిస్ట్రిక్ట్ యూత్ స్పోర్ట్స్ అధికారి వెంకటేశ్వర్‌రావు, జిల్లా ఒలింపిక్ అసోసియేషన్ కోశాధికారి రవికుమార్ పాల్గొన్నారు.

# విమోచనాన్ని అధికారికంగా నిర్వహించాలి

**బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు శ్రీవర్ధన్‌రెడ్డి, అందెబాబయ్య**



పోస్టర్ ఆవిష్కరిస్తున్న నాయకులు

షాద్‌నగర్: తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవాన్ని ప్రభుత్వం అధికారికంగా నిర్వహించాలని బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు శ్రీవర్ధన్‌రెడ్డి, అందెబాబయ్య డిమాండ్ చేశారు. ఆదివారం పట్టణంలోని పార్టీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో వారు మాట్లాడుతూ.. సెప్టెంబర్ 17ను తెలంగాణ విమోచన దినోత్సవాన్ని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారికంగా నిర్వహించాలన్నారు. రజాకార్ల అకృత్యాలకు వ్యతిరేకంగా నాటి రైతులు, సర్దార్ వల్లబాయ్‌పటేల్ చేపట్టిన పోరాట ఫలితంగా 1948 సెప్టెంబర్ 17న తెలంగాణకు విమోచనం లభించిందన్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అదే రోజును ప్రజాపాలన దినోత్సవం అని ప్రకటించడం కేవలం ఎంఐఎంను సంతృప్తి పరచడం కోసమేనన్నారు. తెలంగాణ కోసం ఎంతో మంది రైతులు పోరాటం చేసి అమరులయ్యారన్నారు. ఆనాటి రజాకార్ల నాయకుడు ఖాసీం రజ్వీ వారసత్వానికి సంబంధించిన పార్టీ ఎంఐఎం అని అన్నారు. పటేల్ విగ్రహాన్ని రాష్ట్రంలో సైతం ఏర్పాటు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో మూడేళ్లుగా సికింద్రాబాద్ పరేడ్ గ్రౌండ్స్‌లో విమోచన దినం నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి తెలంగాణవాదులు, యువత పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని కోరారు. ఈ సందర్భంగా వాల్‌పోస్టర్లను విడుదల చేశారు. సమావేశంలో నాయకులు వెంకటేష్‌గుప్తా, శేరివిష్ణువర్ధన్‌రెడ్డి, వంశీకృష్ణ, మురళీ, వెంకటేశ్, శ్రీనివాస్‌చారి, శ్యాంసుందర్, రంగన్న, రమేశ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



బడంగ్‌పేట్: బాలాపూర్ గణనాథుడిని దర్శించుకున్న కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్‌రెడ్డి దంపతులు పక్కన నిర్వాహకులు

## వృద్ధుడి మృతదేహం లభ్యం

శంకర్‌పల్లి: గుర్తు తెలియని ఓ వృద్ధుడి మృతదేహం లభ్యమైన సంఘటన ఆదివారం శంకర్‌పల్లి పీఎస్ పరిధిలో చోటుచేసుకుంది. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఎల్వర్తి గ్రామ శివారులోని వరి పొలాల్లో ఓ గుర్తు తెలియని వృద్ధుడి(60–65) మృతదేహం కుళ్లిపోయిన స్థితిలో పడి ఉంది. స్థానికులు గమనించి పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వగా.. వారు వెళ్లి పరిశీలించారు. ఆకలితో కానీ, నిరసంగా ఉండి ప్రమాదవశాత్తు వరి పొలంలో పడి చనిపోయినట్లు పోలీసులు ప్రాథమికంగా భావిస్తున్నారు. కేసు నమోదు చేసుకొని, దర్యాప్తు చేపట్టినట్లు తెలిపారు.

## మహిళ అదృశ్యంపై కేసు నమోదు



రమాదేవి (ఫైల్)

పహాడీషరీఫ్: వితంతు మహిళ అదృశ్యమైన సంఘటన పహాడీషరీఫ్ పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలో చోటు చేసుకుంది. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. తుక్కుగూడ ప్రాంతానికి చెందిన రమాదేవి(33)కి భర్త 12 ఏళ్ల క్రితం చనిపోయాడు. అప్పటి నుంచి ఆమె శంషాబాద్ విమానాశ్రయంలో ప్రైవేట్ ఉద్యోగం చేస్తూ ఇద్దరు కుమారులు, అత్తను పోషిస్తుంది. శనివారం ఉదయం బయటికి వెళ్లొస్తానని చెప్పి వెళ్లిన ఆమె సాయంత్రం వరకు కూడా తిరిగి రాలేదు. స్థానికంగా గాలించినా ఆచూకీ లభ్యం కాకపోవడంతో ఆమె అత్త చెన్నమ్మ ఆదివారం ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసుకున్న పోలీసులు దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నారు. ఆచూకీ తెలిసిన వారు పోలీస్‌స్టేషన్‌లో గాని 87126 62367 నంబర్‌లో గాని సమాచారం అందించాలని పోలీసులు తెలిపారు.

## వాహనం ఢీకొని వ్యక్తి మృతి

అత్తాపూర్: బొలెరో వాహనం ఢీకొని ఓ వ్యక్తి మృతి చెందగా మరో వ్యక్తికి తీవ్ర గాయాలైన ఘటన అత్తాపూర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో ఆదివారం చోటుచేసుకుంది. స్థానికు లు, పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. శివరాంపల్లి పీవీఎన్ఆర్ ఎక్స్‌ప్రెస్ వేపిల్లర్ నంబర్–266 వద్ద బులోరా వాహనం ఢీకొని ఓ వ్యక్తి మృతి చెందగా మరో వ్యక్తికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. హసన్‌నగర్‌కు చెందిన మోసిన్ మరో వ్యక్తితో బైక్(టీఎస్07ఇ ఈ8596) పై ఆరంఘర్ వైపు వెళ్తుండగా వెనుకాల నుంచి వేగంగా వచ్చిన బులోరా వాహనం (కెఎ34సి9665) ఢీ కొట్టింది. స్థానికులు సమాచారంతో ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న పోలీసులు మృతదేహాన్ని ఉస్మానియా ఆసుపత్రి మార్చురికి తరలించి కేసు నమో దు చేసుకుని దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. గాయాలకు గురైన వ్యక్తిని హాస్పిటల్‌కు తరలించారు.

# అధిక బరువు.. సమస్యల దరువు

**జిల్లాలో పెరుగుతున్న ఊబకాయుల సంఖ్య**

- మధుమేహం, గుండె జబ్బుల బారిన పడుతున్న వైనం
- జీవనశైలిలో మార్పులతో గట్టెక్కవచ్చంటున్న నిపుణులు



షాబాద్: అధిక బరువుతో లక్షలాది మంది ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. శరీరానికి మించిన బరువు కారణంగా పుట్టుకొస్తున్న సమస్యలతో సతమతమవుతున్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోనూ అధిక బరువు సమస్య పెద్ద ఇబ్బందిగా పరిణమించింది. ఎన్ఐఎన్(జాతీయ పోషకాహార సంస్థ) అంచనాల ప్రకారం జిల్లాలో 45 శాతం మంది పురుషులు, 40 శాతం మందికి పైగా మహిళలు అధిక బరువు సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోనూ 18 శాతం పైగా సమస్య పెరిగినట్లు గణాంకాలు చెబుతున్నాయి. సమతుల ఆహారం, వ్యాయామం లాంటి వాటిపై అవగాహన లేకపోవడంతో శరీరానికి మించిన బరువు కొత్త సమస్యలకు దారితీస్తోంది.

**కొంపముంచుతున్న ఆహార అలవాట్లు**

ఆహార అలవాట్లలో పెను మార్పులే అధిక బరువు సమస్యకు దారితీస్తున్నట్లు నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్యాకెట్‌లలో నెలల తరబడి నిల్వ ఉంచిన ఆహారం ఊరూరా విస్తరించింది. నూనెల్లో మునిగి తేలిన ఆహారం అందుతోంది. ఈ క్రమంలో ఉప్పు, చక్కెర వాడకం ఇబ్బంది పెడుతోంది. హోటల్ తిండి మరింతగా బరువు పెంచుతోంది. జిల్లాలో ఏటా సగటున 9 వేలకు పైగా గుండెపోటు కేసులు నమోదవుతున్నాయి. దీనికితోడు తగిన వ్యాయామం చేయకపోవడం కొంపముంచుతోంది. జిల్లాలో 70 శాతం మంది వ్యాయామం చేయడం లేదని తెలుస్తోంది.

**సమస్యలెన్నో**

- శరీరానికి మించి బరువు ఉంటే చిన్న వయసులోనే మోకాళ్ల నొప్పులు వస్తాయి.
- కొవ్వులతో కూడిన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల కాలేయం దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది.
- గుండెపోటు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ.
- మధుమేహం రావడానికి ఊబకాయం ప్రధాన కారణం.
- అనారోగ్యానికి గురైనప్పుడు శ్వాస తీసుకోవడం ఇబ్బందిగా మారుతుంది. ఒక్కోసారి సమస్య తీవ్రంగా ఉంటుంది.

**బరువు పెరగకుండా ఉండాలంటే..**

- వేపుళ్లతో కూడిన వంటకాలు తగ్గించి ఉడికించిన కూరగాయలు తినాలి.
- కార్బోహైడ్రేడ్‌లు ఎక్కువగా ఉండే కూల్‌డ్రింక్‌లు, చిప్స్‌లకు దూరంగా ఉండాలి.
- రోజూ కనీసం 40 నిమిషాలు నడక.. వారంలో 5 రోజులైనా వ్యాయామం చేయాలి.
- నూనెలు, ఉప్పు, చక్కెరలు తక్కువగా వాడితే బరువును నియంత్రించుకోవచ్చు.
- ఫైబర్, కాల్షియం ఎక్కువగా లభించే ఆకుకూరలు తినడం వల్ల బరువు నుంచి బయట పడవచ్చు.

**ఎప్పటికైనా ప్రమాదమే**



ఇటీవలి చాలామంది ఎత్తుకు తగ్గ బరువు ఉండటం లేదు. అధిక బరువుతో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. జీవనశైలిలో వచ్చిన పెను మార్పులే దీనికి కారణం. షుగర్, హార్ట్‌స్ట్రోక్, థైరాయిడ్ వంటివన్నీ బరువు ఎక్కువ ఉన్నవారికి వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. ఆహారం, వ్యాయామంలో మార్పులు తెచ్చుకోగలిగితే సాధారణ స్థితికి రావచ్చు.
– డాక్టర్ విజయలక్ష్మి, పీహెచ్‌సీ, షాబాద్

## బావను పొడిచిన బామ్మర్ది

**రాజకీయ ప్రేరేపణతోనే దాడి చేశాడని కుటుంబ సభ్యుల ఆందోళన**

పహాడీషరీఫ్: సొంత బావను బామ్మర్ది పదునైన ఆయుధంతో కడుపులో పొడిచిన సంఘటన పహాడీషరీఫ్ పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలో ఆదివారం రాత్రి చోటు చేసుకుంది. బాధితులు, స్థానికులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. రంగనాయకుల కాలనీకి చెందిన వరికుప్పల మహేశ్(27)కు స్థానికంగా ఉండే ఒరుసు శ్రీను సోదరిని ఇచ్చి వివాహం చేశారు. ఇటీవల మహేశ్ దంపతుల నడుమ గొడవలు జరగడంతో పోలీస్‌స్టేషన్ వరకు పంచాయితీ వచ్చింది. ఇదిలా ఉండగా ఆదివారం రాత్రి 8 గంటల సమయంలో ఒరుసు శ్రీను తన బావపై ఆగ్రహంతో దాడి చేసి కడుపులో పొడిచాడు. తీవ్రంగా గాయపడిన బాధితుడిని పోలీసులు చికిత్స నిమిత్తం ఆస్పత్రికి తరలించారు. కాగా ఈ దాడి వెనుక కుటుంబ సమస్య కంటే.. ఎక్కువ రాజకీయ ప్రేరేపణ ఉందంటూ బాధిత కుటుంబ సభ్యులు పోలీస్‌స్టేషన్ ముందు ఆందోళనకు దిగారు. అన్ని కోణాల్లో విచారణ చేపడుతామని పోలీసులు నచ్చజెప్పి పంపించారు. ఈ మేరకు కేసు నమోదు చేసుకొని దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నారు.

## అల్లుకున్న ప్రమాదం



షాబాద్: విద్యుత్ స్తంభాలకు తీగ జాతి మొక్కలు అలుముకొని ప్రమాదకరంగా మారాయి. దీంతో విద్యుత్ సరఫరాలో అంతరాయంతో పాటు పలు సందర్భాల్లో షాక్ సైతం కొడుతుంది. ఎన్నిసార్లు ఫిర్యాదు చేసినా పట్టించుకొనే నాథుడే కరువయ్యారని మండంలోని పలు గ్రామాల వాసులు ఆరోపిస్తున్నారు. దీనికి నిదర్శనమే ఈ చిత్రంలో కనిపించే దృశ్యం. మండలంలోని తాళ్లపల్లిలో విద్యుత్ స్తంభానికి అల్లుకున్న తీగ ప్రమాదకరంగా మారింది.

## సోదరి ఇంటికి వెళ్తూ.. అనంతలోకాలకు

**చికిత్స పొందుతూ వ్యక్తి మృతి**



జంగయ్య (ఫైల్)

కందుకూరు: రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడి చికిత్స పొందుతూ ఓ వ్యక్తి మృతి చెందారు. ఈ సంఘటన కందుకూరు పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో చోటు చేసుకుంది. సీఐ సీతారాం తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. మండల పరిధిలోని కొత్తగూడకు చెందిన బర్తకి జంగయ్య(50)కు భార్యతో పాటు కుమారుడు, కుమార్తె ఉన్నారు. ఆయన వ్యవసాయం చేసుకుంటూ కుటుంబాన్ని పోషించుకుంటున్నారు. కాగా శనివారం సాయంత్రం కడ్తాల్‌లో నివసించే తన సోదరి ఇంటికి యాక్టివాపై జంగయ్య బయలుదేరారు. మార్గమధ్యలో నేదునూరు గేట్ సమీపంలో శ్రీశైలం రహదారిపై వెనక నుంచి అతివేగంగా వచ్చిన గుర్తు తెలియని వాహనం ఆయన్ని ఢీకొట్టింది. దీంతో యాక్టివాపై నుంచి ఆయన కిందపడి తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. గమనించిన స్థానికులు, పోలీసుల సహాయంతో 108 అంబులెన్స్‌లో చికిత్స నిమిత్తం హైదరాబాద్‌లోని ఓ ఆస్పత్రికి తరలించారు. అక్కడే చికిత్స పొందుతూ ఆదివారం ఉదయం ఆయన మృతి చెందారు. ఈ మేరకు ఎస్ఐ సైదులు కేసు నమోదు చేసుకుని దర్యాప్తు చేపట్టారు.



## రాపిడో రైడర్ దారుణ హత్య

బాలానగర్: బాలానగర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో ఓ వ్యక్తి దారుణ హత్యకు గురయ్యాడు. భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాకు చెందిన దినేష్(32) తన కుటుంబంతో కలిసి పంచశీల కాలనీలో నివాసం ఉంటూ రాపిడో రైడర్‌గా పనిచేస్తున్నాడు. రోజు మాదిరిగా విధులకు వెళ్లిన దినేష్ ఐడీపీఎల్ ఫారెస్ట్‌లో హత్యకు గురయ్యాడు. ముఖం, కళ్లు, ముక్కుపైన గాయాలతో చనిపోయి ఉన్నాడు. అతడి భార్య జ్యోతి ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేసుకుని దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు బాలానగర్ సీఐ నవీన్‌కుమార్ తెలిపారు.

# నిలోఫర్‌లో 'కుర్చీ' కుస్తీ!

- సూపరింటెండెంట్ సీటు కోసం ఇద్దరు ప్రొఫెసర్ల పోటీ
- ఎటూ తేల్చని డీఎంఈ కార్యాలయం
- ఇబ్బందుల్లో రోగులు

నాంపల్లి: ప్రముఖ నవజాత శిశు సంరక్షణా కేంద్రం నిలోఫర్ ఆసుపత్రిలో సూపరింటెండెంట్ కుర్చీ కోసం ఇద్దరు ప్రొఫెసర్ల మధ్య కొట్లాట జరుగుతోంది. ఇటీవల రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన బదిలీల ప్రక్రియతో ఈ వైరం మొదలైంది. సూపరింటెండెంట్ పోస్ట్ నీదా... నాదా అన్నట్లుగా పోటీ నడుస్తోంది. ఆగస్టు మొదటి వారంలో నిలోఫర్ ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ ఉషారాణి నిజామాబాద్ జిల్లాకు బదిలీ అయ్యారు. దీంతో సీనియర్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ రవికుమార్‌కు ఇన్‌చార్జి సూపరింటెండెంట్‌గా బాధ్యతలు అప్పగించారు. అయితే ఏడాది కూడా పూర్తికాక ముందే తనపై బదిలీ వేటు వేశారని, అక్రమ బదిలీని నిలుపుదల చేయాలంటూ డాక్టర్ ఉషారాణి నిజామాబాద్‌కు వెళ్లకుండా న్యాయస్థానాన్ని ఆశ్రయించారు. కాగా, న్యాయస్థానంలో డాక్టర్ ఉషారాణికి అనుకూలంగా తీర్పు వచ్చింది. కోర్టు ఆదేశాలతో డాక్టర్ ఉషారాణి సూపరింటెండెంట్‌గా బాధ్యతలు స్వీకరించేందుకు బుధవారం నిలోఫర్ ఆసుపత్రికి వచ్చారు. అయితే అక్కడ ఇన్‌చార్జి సూపరింటెండెంట్‌గా కొనసాగుతున్న డాక్టర్ రవికుమార్ ఆమెకు బాధ్యతలు అప్పగించేందుకు నిరాకరించారు. చెక్కుబుక్స్, సెల్‌ఫోన్‌ను తన దగ్గరే ఉంచుకున్నారు. దీంతో చేసేదేమీ లేక ప్రొఫెసర్ పోస్టులో కొనసాగుతున్నారు.

**ఇద్దరూ ఉడుంపట్టు...**

అన్యాయంగా, అక్రమంగా తన పోస్టులో కొనసాగుతున్నారని డాక్టర్ ఉషారాణి ఆరోపిస్తుండగా, కాదు తనకే బాధ్యతలు ఇచ్చారంటూ డాక్టర్ రవి కుమార్ అంటున్నారు. ఇద్దరూ ఈ పోస్టు కోసం తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తున్నారు. డాక్టర్ రవికుమార్ పూర్తిస్థాయి బాధ్యతల కోసం కోఠిలోని డీఎంఈ కార్యాలయం చుట్టూ తిరుగుతున్నట్లుగా తెలుస్తోంది. తాను దళితుడినని, వైద్య ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి కూడా దళితుడేనని, ఎలాగైనా తనకే పూర్తిస్థాయి బాధ్యతలు అప్పగిస్తారనే నమ్మకంతో ఆయన ఉన్నారు. అయితే ఈ వివాదాన్ని డీఎంఈ కార్యాలయం కూడా ఎటూ తేల్చకుండా పెండింగ్‌లో పడేసింది. మరోవైపు నిలోఫర్‌లో రోగుల సంఖ్య క్రమంగా పెరుగుతూ వస్తోంది. వైరల్ జ్వరాలు సోకి బాధితులతో కిక్కిరిసిపోతోంది. నిలోఫర్‌లో రాజీవ్ ఇంటెన్సివ్ కేర్ బ్లాక్‌తో కలిపి మొత్తం 1,300 పడకలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఈ పడకలు ఎటూ సరిపోవడం లేదు. పూర్తిస్థాయి సూపరింటెండెంట్ లేని కారణంగా నెల రోజులుగా పాలనంతా అస్తవ్యస్తమైంది. ఇప్పటికైనా నిలోఫర్ ఆసుపత్రిలో పూర్తిస్థాయి సూపరింటెండెంట్‌ను నియమించాలని రోగులు, రోగి సహాయకులు, ఆసుపత్రి వర్గాలు కోరుతున్నాయి.

# ఆ అనుభవాల నుంచి పాఠాలు!

- గతేడాది గణేశ్ సామూహిక నిమజ్జనంలో తీవ్ర జాప్యం
- కారణాలను విశ్లేషించిన ఉన్నతాధికారులు
- ఈసారి పునరావృతం కాకుండా కసరత్తు
- హుస్సేన్ సాగర్ వద్ద పటిష్ట చర్యలు



సాక్షి, సిటీబ్యూరో: నగరంలో గణేశ్ సామూహిక నిమజ్జనం సందర్భంగా తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై పోలీసు అధికారులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. ముఖ్యంగా గత ఏడాది ఎదురైన అనుభవాలను పాఠాలుగా తీసుకొని ఈసారి ఆటంకాలు, అడ్డంకులు లేకుండా కసరత్తు చేస్తున్నారు. బందోబస్తు కోణంలో సామూహిక నిమజ్జనం నగర పోలీసులకు ఫైనల్స్ వంటివి. గత కొన్నేళ్లతో పోలిస్తే గత ఏడాది ఈ ప్రక్రియ చాలా ఆలస్యమైంది. 2023 సెప్టెంబర్ 28 తెల్లవారుజాము నుంచి 29 రాత్రి 10 గంటల వరకు హుస్సేన్‌సాగర్‌లో నిమజ్జనం జరిగింది. ఈ ఆలస్యానికి కారణాలను ఉన్నతాధికారులు విశ్లేషించి ఈసారి ఏ ఒక్కటీ పునరావృతం కాకుండా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ఈ మేరకు ఆదివారం అధికారులతో జరిగిన వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌లోనూ కొత్వాల్ సీవీ ఆనంద్ ఈ లోపాలను ప్రస్తావించారు. వీటిని జీహెచ్ఎంసీ సహా ఇతర విభాగాల దృష్టికీ తీసుకువెళ్లారు.

**రెండు క్రేన్ల మధ్య వంద అడుగుల దూరం...**

కొన్ని క్రేన్లలో ఇనుపతాళ్లకు బదులుగా బెల్టులు వాడారు. నిమజ్జనం సందర్భంలో ఇవి ఊడిపోవడంతో మరింత ఆలస్యమైంది. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో ఆఖరి నిమిషంలో ట్యాంక్‌బండ్‌పై క్రేన్లు ఏర్పాటు చేయాల్సి వస్తే... ప్రతి రెండు క్రేన్ల మధ్య కనీసం 100 నుంచి 150 అడుగుల దూరం ఉండాలి. అలా చేస్తేనే నిమజ్జనానికి విగ్రహాలను తెచ్చిన లారీలు, ఖాళీ అయినవి తేలిగ్గా ముందుకు వెళ్తాయి. అయితే సరైన పర్యవేక్షణ లేని కారణంగా గత ఏడాది ప్రతి క్రేన్ మధ్య 30 నుంచి 40 అడుగుల దూరమే ఉంచారు. దీంతో విగ్రహాలను తీసుకొచ్చిన వాహనాలు ఎక్కడికక్కడే నిలిచిపోయి భారీ ట్రాఫిక్‌జామ్ ఏర్పడింది. ఫలితంగా నిమజ్జనానికి వచ్చే విగ్రహాల కోసం క్రేన్లు ఖాళీగా వేచి ఉండాల్సి వచ్చింది. అదేవిధంగా ట్యాంక్‌బండ్‌పై బయటి ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన పోలీసు అధికారులకు ఎక్కువగా డ్యూటీలు వేశారు. సరైన అవగాహన లేని వీళ్ళు సక్రమంగా తమ విధులను నిర్వర్తించలేకపోయారు.

**పటిష్టంగా బారి కేడింగ్**

నిమజ్జనం చూడటానికి వచ్చే సందర్శకులు లారీల మధ్యలోకి, రోడ్డుపైకి రాకుండా ఇరువైపులా పటిష్ట బారికేడింగ్ ప్రతి ఏడాదీ ఏర్పాటు చేస్తుంటారు. ఇది గత ఏడాది సక్రమంగా జరగలేదు. దీంతో అనేకమంది లారీల మధ్యకు వస్తుండటంతో అవి చాలా ఆలస్యంగా కదిలాయి. మరోపక్క బషీర్‌బాగ్ చౌరస్తా నుంచి లిబర్టీ వైపు వాహనాలను అనుమతించడం మరో ఇబ్బందికి కారణమైంది. విగ్రహాలు తీసుకువచ్చే లారీల వెనుక వచ్చే ద్విచక్ర వాహనాలు, ఇతరాలను గత ఏడాది పూర్తిస్థాయిలో అడ్డుకోలేదు. ఇది కూడా నిమజ్జనం ఆలస్యానికి కారణంగా మారింది. ఇవన్నీ విశ్లేషిస్తున్న ఉన్నతాధికారులు ఈసారి అవి పునరావృతం కాకుండా, గతం కంటే మెరుగైన ఏర్పాట్లు ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటున్నారు.

**ఇవీ లోపాలు..**

ముందుగా వచ్చే విగ్రహాలు నిమజ్జనం కాగానే బండ్ నుంచి 20 అడుగుల దూరం మేర నీటిలో పేరుకుపోయే వ్యర్థాలు, వస్తువులను వెంట వెంటనే తొలగించాలి. అలా జరగకపోవడంతో ఆ వెంటనే నిమజ్జనం చేసే విగ్రహాలు మునగడానికి చాలా సమయం పట్టింది. నిమజ్జనం సందర్భంగా సాగర్‌లో కనీసం నాలుగు, ఐదు ఫ్లోటింగ్ జేసీబీలను ఏర్పాటు చేయాలి. ఓ పక్క విగ్రహాలు నీటిలో పడుతుంటే, మరోపక్క వాటి వ్యర్థాలను తొలగించాలి. అయితే జీహెచ్ఎంసీ అధికారులు గత ఏడాది కేవలం ఒక్క ఫ్లోటింగ్ జేసీబీ మాత్రమే ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కారణాల వల్ల నిమజ్జనం ప్రక్రియ వేగంగా జరగడానికి తీసుకువచ్చిన అత్యాధునిక క్యూఆర్టీ హుక్స్ సరిగ్గా పనిచేయలేదు. క్రేన్ ప్లాట్‌ఫామ్‌కు ఉన్న నాలుగు మూలలు సమానంగా నీటిలోకి దిగితేనే ఇవి సక్రమంగా పని చేస్తాయి. అయితే సాగర్‌లో ఉన్న వ్యర్థాలు, విగ్రహాలు, ఇనుప సీకులకు తట్టుకుని నాలుగు వైపులా నీటిలో దిగక హుక్స్ వెంటనే రిలీజ్ కాలేదు. దీంతో కొన్ని విగ్రహాల నిమజ్జనానికి 10 నుంచి 15 నిమిషాల సమయం పట్టింది.